



Fiche thérapeutique n°5 : Mission SummerBody

COMMENT SE SCULPTER UN CORPS DE RÊVE DANS SON CABINET ET AVOIR UN MENTAL D'ACIER AVANT L'ÉTÉ



La pratique de l'orthophonie a pour inconvénient de provoquer une perte oléagineuse neuronale ainsi qu'une usure prématurée des molaires sans contribuer à la body sculpture concours de Miss plage Bourdine Camping ***2019 auquel vous envisagiez de participer.

L'orthophonie est une science où la zone cérébrale dévolue à la capacité de patience et de contrôle émotionnel est particulièrement activée, voire hyperfonctionnelle surtout lorsqu'il s'agit du petit Kévin généralement accompagné de sa mamie dont l'odeur vous rappelle celle du gant de toilette oublié sous le lavabo sur fond de ragoût dominical.

10 IDÉES POUR VOUS AIDER À PERDRE VOTRE CULOTTE DE CHEVAL TOUT EN GARDANT LE SOURIRE, VOS MOLAIRES ET VOS CHEVEUX.

Idée 1. La délapination

Mettez **une pancarte dans votre salle d'attente** avec écrit en grosses lettres rouges : "Je ne pratique pas la cunéiculture* merci de bien vouloir prendre la peine d'honorer vos rendez-vous avec entrain et implication comme je m'efforce d'honorer les miens."

**La cunéiculture consiste à élever des lapins, vous savez ces petites bé-bêtes adorables que vous préférez avoir dans un enclos que dans votre potager.*

Idée 2. Eh Manu, descends ! Et pourquoi faire ?!

Montez votre escalier 4 à 4 puis 8 à 8 puis la même série en marche arrière. Cet exercice est particulièrement recommandé à celles et ceux qui croisent 3 fois par jour le kiné du 7^{ème} étage de l'immeuble sans ascenseur pour lequel vous avez fait installer la fameuse rampe d'accès nommée AFNOR** qui, non content de servir de toboggan au petit Kévin, est de toute façon bien trop pentue pour faire passer un fauteuil roulant.

Idée 3. Poutou vient à point à qui sait attendre

Buvez, buvez, éliminezenfin...surtout la mamie qui vous raconte sa vie dans la salle d'attente en tenant son petit morveux sous le bras et en sussurant d'une voix de bique mal lunée : « et bé i faut dire merci à la dame hé ! elle é gentillé hé ? tu i fé un poutou à la dame hé ? Bien-sûr vous vous régalez à l'idée de recevoir le « poutou » glorieux du petit Kévin en vous consolant à l'idée que vous obtiendrez haut la main le label zerowaste et toportho jumelé.



Idée 4. Si lapinus, ad musicus

Profitez des lapins pour mettre de la musique à fond histoire d'oublier le bel Adonis du 7^{ème} étage sans ascenseur, trop beau pour être hétéro, le contrat d'assurance Entubis votre forfait bancaire tuladanlis, et votre échéancier retraite qui vous permettra tout juste de vous offrir un déambulateur connecté.

Idée 5. Memories of Perú

Craquez pour 3 ou 4 tranches de pastèque en crachant les pépins façon alpaga péruvien sur le dessin atroce du petit Kévin. Bon c'est vrai que vous regrettez de lui avoir dit qu'elle était très réaliste sa limace mais vous ne pouviez pas deviner qu'il était enrhumé.

Idée 6. Hakuna matata

Faites du vide pour charger la décharge mais décharger votre charge mentale.

L'idée est très simple : faite un gros tas de jeux au milieu de la pièce, dansez autour en déterrants la hache de guerre, fumez le calumet de la paix et ne sélectionnez que les jeux que vous avez utilisés dans le mois. Si vous n'en avez utilisé qu'un seul ! Bravo vous avez beaucoup d'imagination ! Si vous les avez tous utilisés ...lancez-vous dans l'édition, vous ferez fortune.

Idée 7. Ad hamac eternam

Installez-vous un hamac dans votre bureau et octroyez-vous une sieste de 20 mn avant de recommencer le marathon du mercredi après-midi. Si la grand-mère du petit Kévin s'autorise une remarque désobligeante sur le hamac, répondez-lui avec sérieux et aplomb que vous êtes certifié méthode Padorrière et labellisé Ostéovogue, ça lui clouera le bec et lui cramera le peu de neurones qui lui reste !

Idée 8. No pain no gain

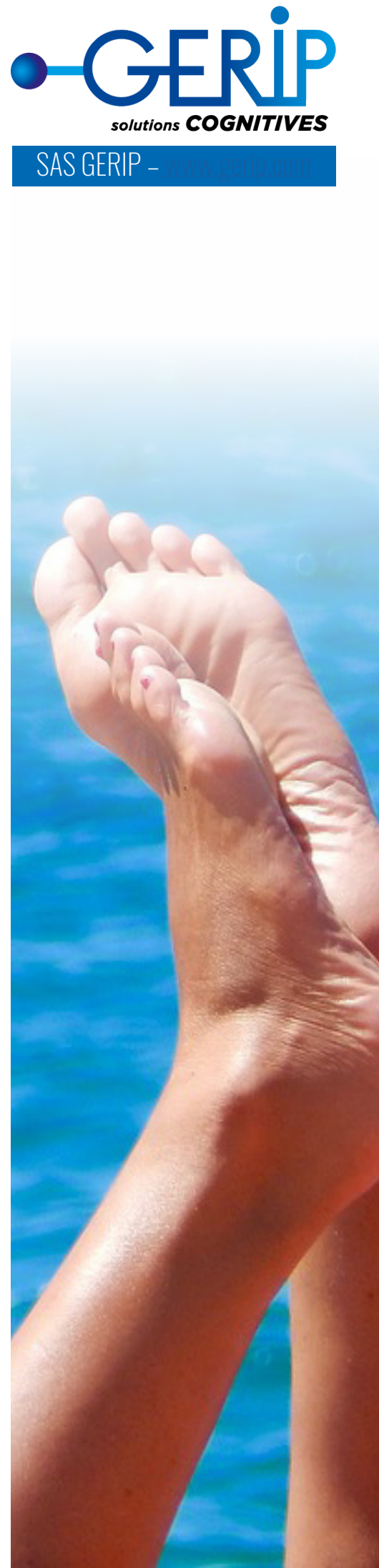
Il fait beau, il fait chaud et vous avez le dos collé au dossier ! **Prévoyez un brumisateur et une baignoire pour faire une pêche au canard avec le petit Kévin.** La coordination oculomotrice nécessaire à l'insertion précise du gros crochet dans la mini- boucle ferrillée du canard jaune est connue pour déclencher des vagissements qui même inarticulés justifiera l'aëmaux douze point cinq. Cela vous laissera largement le temps de plonger vos petons dans l'eau fraîche et enregistrer les borborygmes de votre petit préféré quand vous serez enfin débarrassé du tandem peu ragoûtant !

Idée 9. Qui ne plante rien n'a rien

Offrez-vous un palmier dattier dopé à l'engrais composté et placez votre orchidée agonisante dans la salle d'attente, juste avant la séance du petit Kévin de préférence.

Idée 10. La victoire est brillante, l'échec est mat !

Astiquez vos carreaux pour entamer le pré-bronzage d'été et ne soyez pas rancunière saluez le patient héliotreuillé de votre collègue kiné qui ne vous draguera jamais en le gratifiant quand même de votre plus beau sourire....(le patient ...pas le kiné) et d'une praxie de votre choix.





Les secrets de la réussite

Ne surtout pas chercher à réussir !

S'aimer plus qu'eux

Essayer d'en rire pour ne pas vagir !

Etre toujours d'accord avec les cons

Manger les carottes et les salades avant les lapins

Le dicton du jour :

“Mieux vaut être une ogresse repue qu'une princesse affamée”